

“La Higiene del Alma” de Maimonides.

Por su interés para la historia de la cultura cordobesa y porque estimamos que han de saborearlo con placer los eruditos españoles, publicamos un fragmento del 3.º Capitulo de la obra sobre Dietética que compuso Maimonides y dedicó al Sultan Al malik Alafidhal, hacia el año 1.198.

El R. Dr. Kroner la ha traducido por primera vez al alemán de los manuscritos árabigos de Oxford y hebraico de Munich, editándola en un folleto con las notas que siguen y más amplios comentarios.



MOISÉS ben Maimon de Córdoba, el eminente pensador hebreo (1135-1204), no fué solamente excelente teólogo y filósofo, sino también médico de cámara del Sultan Saladino, en Fostat, junto al Cairo. Debido a ello escribió algunas obras sobre Medicina, casi siempre como respuesta a consultas de pacientes reales; compuso monografías detalladas sobre las picaduras de las serpientes venenosas y su curación; sobre las hemorroides, el asma, la vida sexual y otros temas de Medicina general e Higiene.

Obra especial dedicada a la curación dietética es el extenso y profundo trabajo dedicado al sultan Al malik Alafidhal, hijo de Saladino, atacado de melancolía. Una parte del Capitulo 3.º se ocupa de la enfermedad específica del Príncipe; el resto es un «Compendium sanitatis», que ofrece importantísimos datos y orientaciones acerca de los conocimientos de Higiene en aquella época. Por ello, sin duda, se divulgó tanto esta obra, que fué traducida a varias lenguas, principalmente a la hebrea—cuya versión se debe al famoso Moises ben Samuel ibn Tibbon (1244)—y a la latina, en la que fué vertida por Armengard Blasius de Montpellier (1290).

El especial interés que despertó dicho tratado se explica también por otra circunstancia. Gran parte del Capítulo 3.º se ocupa de las pasiones del alma y discute los medios y remedios para lograr la más perfecta serenidad del espíritu, adentrándose en los campos de la Psicología y de la Filosofía, ciencias ambas con numerosos cultivadores.

No ha perdido su interés para nosotros. La «Higiene del Alma» presenta al mundo culto de nuestros días un cuadro vigoroso de la Edad Media

sobre un aspecto social de valor científico. Con esta traducción, además, enriquecemos el tesoro literario del eminente pensador cordobés.

La versión sigue lo más fielmente posible el texto original en árabe conservado en la Bodleiana de Oxford, manuscrito en bellos, regulares y recios tipos árabes, que revelan una transcripción cuidadosa y de buen gusto. El copista cometió muy escasas equivocaciones, lo que confirma la minuciosidad y precisión que tuvo.

El texto hebreo es el de Tibbon, encontrado en un códice de la Biblioteca Nacional de Munich, y está también bella y correctamente escrito. Se acepta, sin embargo, como más preciso y exacto el original árabe, no solamente porque revela más fielmente el espíritu de su autor, sino porque ciertas voces técnicas originales, al ser vertidas al hebreo, exigieron perífrasis y sustituciones.

TEXT O

«Sabido es de nuestro señor—Dios prolongue sus días—que las impresiones en el espíritu repercuten intensa, y en general bien perceptiblemente, en el cuerpo.

Si un hombre de recia contextura, bien timbrada voz y tez brillante recibe súbitamente una impresión dolorosa, se ve como palidece su color; desaparece el brillo de su tez; inclina, como por material agobio, su cuerpo; baja el tono de su voz, hasta el punto de que si quisiera hablar reciamente no podría; sus fuerzas disminuyen, y aún llega a temblar de debilidad; su pulso se hace lento; sus ojos se adentran en sus órbitas, haciéndosele los párpados tan pesados que difícilmente logra moverlos; su cuerpo se enfría y desaparece su apetito. La causa de todas estas manifestaciones es la retirada del calor natural y de la sangre hacia el interior del cuerpo.

Inversamente se observa en individuos de constitución débil, inseguro color y poca voz que, en cuanto sucede algo que los excite alegremente, sus fuerzas corporales crecen, su voz adquiere robustez, les resplandece la mirada, sus movimientos son más ágiles, su pulso más fuerte, su piel más ardorosa y el placer y goce que experimentan se les manifiesta con tal evidencia que no les sería posible disimularlos.

Todos esos efectos, el movimiento de la sangre y del calor natural a la periferia del cuerpo, como los estados del atemorizado y del que con ansia espera, como los del que está sin preocupaciones o las tiene en sumo grado, nos son conocidos, igual que los del hombre agotado o del vigoroso triunfador. El hombre caduco apenas ve, por falta de sagacidad causa-

da por su agotamiento; el fuerte aumenta en tal proporción la visión que puede imaginarse que amplifica la luz atmosférica. Todo esto tan claro que es innecesario describirlo más detalladamente. Así, los médicos ordenan observar atentamente los impulsos anímicos, los exploran con cuidado siempre y procuran mantenerlos en constante equilibrio, lo mismo en estado de salud que de enfermedad, y no debería usarse otro método de cura. Aspire el médico a que todo enfermo restablezca y a que todo sano mantenga su ánimo sereno y que alejen de sí las preocupaciones que oprimen el corazón, que así se obtiene saludable y firme estado. Y ello es primordial para la curación de los enfermos y especialmente entre aquellos que lo están del espíritu, como los caracterizados por místicos y los melancólicos, ya que en ellos las influencias espirituales son muy peligrosas.

Análogamente sucede en los poseídos de manías o ideas fijas, o de temor por algo o de resignación por no poder disfrutar de algún placer: he aquí unos cuantos casos en los cuales el médico inteligente no hará otra cosa que procurar calmar y alejar tales perjudiciales estados de alma, evitando su influjo.

Sin embargo el médico, suponiéndole verdadero médico, no deberá anunciar su método como el de especialista en curar afectos, porque esta sección pertenece a la filosofía práctica, a la disciplina moral y a la ética ordinaria, ya que los filósofos, al escribir sobre diversas ciencias, también se ocupan sobre la educación del espíritu, la formación del carácter y adquisición de las más bellas cualidades, tendiendo a anular las imperfecciones y a que solamente buenas acciones, en consecuencia, se produzcan. Los filósofos nos instruyen de los medios para alejar del espíritu los malos instintos, aún los heredados, despertando sentimientos que neutralicen las perniciosas tendencias.

Así se logra la ética, la instrucción moral y los conocimientos adquiridos de los profetas—Dios bendiga sus nombres—y de sus discípulos, así como sus maneras admirables de conducirse en la vida, adquiriendo hasta perfección en la forma, que se ennoblece de modo que solamente correctamente y bien puede conducirse.

Por esto solamente encontramos tales afecciones extraordinarias en individuos que no tienen conocimiento alguno de las máximas filosóficas, ni de la ética normal, ni instrucción moral; por ejemplo, entre jóvenes, mujeres e ignorantes, en la plebe. Entre ellos están los temerosos y los débiles por la blandura de su espíritu, y vemos, cuando los alcanza una desgracia, de las desgracias de la tierra, que su temor crece y gritan y lloran y se golpean las mejillas y el pecho. A veces, tan irresistible se hace para ellos el suceso, que mueren, de repente o después de breve tiempo, tal pena y aflicción les posée. Análogamente, cuando alguno de estos indivi-

duos recibe alguna satisfacción, de las satisfacciones de la tierra, su gozo es intenso, opinando, por falta de severa educación de su espíritu, que recibe grandísima felicidad; crece su orgullo y su confianza en sí mismo, manifestándose en desproporcionado entusiasmo. A veces tan fuerte es su risa y alegría que algunos mueren en estremecimiento de placer, porque el pneuma (1) se consume a causa de su excesiva rápida inclinación hacia el exterior, como ya dijo también Galeno. Esto se debe a la debilidad del espíritu y al desconocimiento de la realidad de las cosas.

Los que se dedican a las cuestiones filosóficas, éticas o morales, fortalecen su ánimo, se vuelven héroes efectivos y reciben las impresiones con serenidad. Cuanto mayor educación espiritual poseen menor es su excitabilidad ante los acontecimientos, lo mismo ante circunstancias felices que ante situaciones desgraciadas, igual si reciben grandes provechos—de los provechos de la tierra—que los filósofos llaman imaginarios, que si les alcanzan desgracias—de las desgracias de la tierra—que los filósofos llaman imaginarias; ni se intranquilizan ni entristecen y saben sobrellevar todo valerosamente. Y efectivamente se despierta en el hombre tal forma de apreciar los asuntos, cuando discurre sobre la verdadera esencia de las cosas y conoce la naturaleza de los sucesos y deduce que aún la más grande felicidad que podamos concebir como obtenida entre los hombres es tan insignificante y sin valor que no altera la ley de que hayamos de morir cual los demás seres. Como sucede con la más grande desgracia, que siempre es pequeña al lado de la irremediable muerte!

Así se deben aminorar las excitaciones ante las infelicidades, pues que, en realidad, son pequeñas peripecias de la vida. Con razón llaman los filósofos las fortunas como los infortunios de este mundo, imaginados. ¡Porque, véase cuantos sucesos agradecidos a la suerte, no son en realidad sino desgracias, y cuantos otros, estimados como golpes de infortunio, son, cuando se valoran serenamente, de efectiva conveniencia!

Cuantas veces alguno recibe grandes riquezas y con ellas ocupa omnipotente rango social, y cuan frecuentemente ello le ocasiona la ruina de su cuerpo y el enervamiento de su carácter con disminución de su vida y alejamiento de Dios ¡Oh, que eterna desgracia significa todo ello para el que se creyó feliz!

Cuantas otras veces alguno pierde sus riquezas o su poderío le es arrebatado y justamente ello contribuye a fortalecer su cuerpo, perfeccionar su alma ennobleciendo su carácter, alargar su vida y aproximar a Dios hacia su siervo. ¡Oh, que eterna felicidad ésta para él!

Un servidor, sea su vida corta o larga, dice esto ateniéndose simplemente a la opinión de los médicos, de algunos filósofos y ciertos moralistas,

(1) Imagen primitiva sobre el alma—soplo, aire—usada por Asclepiades y mucho más posteriormente por Galeno.

anteriores al islam. Generalmente y con frecuencia lo que el público cree felicidad es en verdad desgracia, y más corrientemente lo que califica de desgracia es en realidad felicidad.

Pero este tratado no intenta investigar la realidad de estas ideas, su demostración, ni enseñar sus remedios, porque sobre ello hay ya escrito mucho en todos los tiempos y por todos los pueblos civilizados interesados por las ciencias. Servidor, desea preferentemente, por las breves consideraciones anteriores, hacer comprensivo al espíritu para acostumbrarlo a no dar excesiva importancia a las impresiones. Así se fortalece el espíritu y éste considera la esencia de las esencias y el daño de los perjuicios, así disminuyen las excitaciones, desaparecen los malos pensamientos, se alejan los temores y se acostumbra el ánimo a mirar con serenidad los acontecimientos, sea cual fuere la situación en que nos encontremos. Con altura de pensamiento se aplacan las ideas lúgubres, las preocupaciones y las penas y hasta pueden ser totalmente desechadas poniendo ante los ojos del espíritu la siguiente reflexión.

Hela aquí: Todo lo que al hombre causa pesadumbres y desconsuelos, desesperaciones y amargas proviene de dos causas: o son producto de cosas pasadas, como, por ejemplo, haber perdido riquezas por la quiebra de un banquero, o haber sufrido la muerte de un ser querido, o son producto de cosas por venir, que se esperan y se temen, como, por ejemplo, los temores de futuras desgracias. Es sabido, y racionalmente lógico, que las preocupaciones por asuntos pasados ninguna utilidad nos pueden reportar y el afligirnos por tales motivos es signo de poca capacidad y falta de ocupaciones. No hay diferencia entre lamentarse por los bienes o afectos perdidos, o llorar por no ser rey o estrella en lugar de hombre. En verdad también se deben alejar los pensamientos que oprimen el corazón por cosas que pueden suceder con el tiempo, ante esta consideración: todo lo que puede ocurrirnos está en la esfera de las posibilidades, puede llegar o no; pero si por los eventuales sucesos desagradables nos corresponde entristecernos, por la esperanza y ante la ilusión obligada de los agradables debemos alegrarnos, exactamente lo contrario. Y ambos contrarios son posibles y se neutralizan.

He aquí lo que mi humildad estimaba necesario dejar sentado en este Capítulo».

(VERSIÓN ESPAÑOLA DE F. AZORÍN).

